**Как помочь подростку выбрать профессию: современный подход**

Ребенку сложно определиться с профессией в современном мире, поскольку разрыв между традиционными стратегиями выбора специальности и реалиями становится все больше.

Сейчас даже взрослым сложно понять, чем заниматься, чтобы хорошо зарабатывать через 5-10 лет, - что уж говорить о мальчиках и девочках - подростках?

Многих родителей тревожит, когда подросток не может понять, кем хочет стать, хотя бы примерно. Решить за него не получится, но можно направить ребенка на выбор, помочь выбрать без давления и навязывания и сохраняя доверительные отношения.

В подростковом возрасте человек не понимает свои слабые и сильные стороны и не очень хорошо представляет, как устроен профессиональный мир и какие изменения его ждут в ближайшее время. Именно поэтому подросткам надо помогать в выборе профессии. Ведь есть две основные причины, по которым подростку трудно понять, кем быть.

Причина 1. Подросток плохо может оценить свои способности и возможности. У него пока неадекватная самооценка: завышенная или заниженная - не важно. Главное, что она не выдерживает столкновения с реальностью и ребенок испытывает разочарование. Одни подростки думают, что окружающие их недооценивают. Другие же со свойственным подростковому возрасту максимализмом считают себя ничтожеством.

Причина 2. Подросток плохо себе представляет, как устроен мир. Что он знает о колледжах, профессиональной деятельности, профессиях будущего? Довольно мало и в основном со слов семьи и знакомых, которые опираются на личный опыт. Этого недостаточно, чтобы принять решение.

Вот почему подросткам необходима помощь взрослых, которые направляют их выбор профессии.

Поколение нынешних детей и подростков раздражает старших несколькими особенностями:

- они много времени проводят в социальных сетях, у них там целая жизнь, друзья и отношения;

- они не хотят учиться в нашем понимании: читать длинные книги, делать конспекты и т.п.;

-они могут легко отказаться делать то, что надо; для них "не хочу" - это аргумент.

**С чего начать поиск профессии и направления**

**6 шагов решения проблемы**

1. Составьте таблицу профессиональных предпочтений. Выбирая профессию, человек выбирает не только способ добывания денег, но и социальную среду, образ жизни. Предложите ребенку подумать над тем, каким требованиям, по его мнению, должна отвечать его будущая работа. Составьте максимально подробный список таких требований (уровень заработной платы, характер и условия труда.) Впишите эти пункты в столбцы, а в строки — названия профессий, кажущихся ребенку наиболее привлекательными. Заполняя таблицу, сопоставляйте требование и профессию: если они совпадают, ставьте в этой клетке плюс, если нет — минус. Проанализируйте, какая профессия набрала плюсов больше всего. Такой способ профориентации — не самый точный. Но его преимущество в том, что он предлагает школьнику самостоятельно поразмышлять (и может быть, впервые!) над личной системой ценностей, над тем, каким он видит свое будущее.

2. Расширяйте знания о профессиональном мире. Чтобы выбирать, нужно знать, из чего выбирать. Очевидно, что жизненный опыт подростка ограничен, его представления о трудовой деятельности отрывочны, а подчас и нереалистичны. К профориентационной работе можно привлечь друзей и знакомых. Попросить их пообщаться с вашим ребенком, даже сводить его к ним на работу. Опыт подобного общения может заставить подростка задуматься о том, насколько его представления о выбранной специальности соответствуют действительности.

3. Больше информации! Активно (и вместе с ребенком!) собирайте информацию о рынке труда, о новых и перспективных специальностях. В этом могут помочь ежегодно выпускаемые справочники, профессиональные журналы, а также интернет-сайты. Иногда в подобных изданиях ребенок находит профессию, о существовании которой он не догадывался.

4. Неплохо сводить ребенка на «день открытых дверей». Не придавайте таким походам чрезмерное значение — ведь совсем не обязательно, что именно здесь ваш отрок захочет провести свои студенческие годы. Идите в учебное заведение просто как в музей — посмотреть, пообщаться, прочувствовать «мое — не мое».

5. Говоря с ребенком о будущей профессии, не зацикливайтесь на одном варианте. Как правило, сам подросток о запасном аэродроме не задумывается, поэтому для родителей важно поставить перед ним вопрос: что он будет делать, если ему не удастся реализовать намеченное? Наличие альтернативы позволяет снизить у ребенка напряжение и тревогу. Можно спросить прямо: «А чем ты собираешься заниматься, если у тебя не получится стать экономистом?». Специалисты отмечают, что выбор профессии один раз и на всю жизнь уходит в прошлое. Мы живем в мире, который стремительно меняется. Невозможно предсказать, какова будет ситуация на рынке труда, скажем, лет через десять. Не исключено, что специальности, которые в настоящее время востребованы и высоко оплачиваются, совсем не будут таковыми и наоборот.

6.Хобби может помочь подобрать профессию. Даже если это нелюбимые всеми компьютерные игры. Подросток с незнакомыми людьми контактирует и знакомится. Вот и пусть заодно спросит у них совета или использует эти навыки для поиска новых контактов. Если у подростка нет увлечения стоит помочь выбрать интересное хобби.

*«Для того чтобы люди находили счастье в своей работе, необходимы три условия: работа должна быть им по силам, она не должна быть изнуряющей, и ей, обязательно, должен сопутствовать успех»,* — отмечал английский писатель Дж. Рескин.

Потребность в труде для нормального человека так же естественна, как потребность в питании и отдыхе. Непосильная работа или безделье так же вредны для здоровья, как избыток или дефицит сна и пищи. Болезнь может спровоцировать и нелюбимая работа.

Подготовила Кузнецова Н.А.

**Источники**

https://sh1shajkovka40.gosuslugi.ru/netcat\_files/30/69/Rekomendatsii\_po\_proforientatsii\_i\_detyam\_i\_roditelyam.pdfкаждого остается возможность что-то переиграть или начать заново

https://урок.рф/library/pamyatka\_dlya\_roditelej\_kak\_pomoch\_podrostku\_vibrat\_135406.html

https://урок.рф/library/rekomendatcii\_po\_proforientatcii\_dlya\_uchashihsya\_i\_rodi\_130948.html